

交換留学報告書

派遣先	
三重大学での所属学部・研究科	工学部 ナノデザイン研究室 中村・名和グループ
学年(出発時)	4年
大学名	ハイデルベルク大学
国	ドイツ
留学期間	2023年3月～2024年2月
派遣先での身分	留学生

一日の生活スケジュール(通学時)	
	記入欄
8:00	研究室
9:00	研究室
10:00	研究室、授業など
11:00	研究室、授業など
12:00	昼食
13:00	昼食
14:00	研究室
15:00	研究室
16:00	研究室
17:00	
18:00	
19:00	サッカー
20:00	サッカー
21:00	帰宅
22:00	
23:00	
0:00	

履修科目				
科目名	時間数/週	履修単位	使用言語	授業内容(レポート、試験、授業形態等)
Computational Modeling in Python	1.5	3	英語	毎授業課題
English B2.1	3	2.8	英語	プレゼン、テスト
Quantum dynamics of dissipative systems	1.5		英語	
Programmieren I	3	3	ドイツ語	毎授業課題
ドイツ語準備コース	午前中	8	ドイツ語	テスト

大学のサポート	
チューターの有無	有
チューターのサポート内容	駅までの迎え、銀行の開設
語学コースの有無	有
コース名、料金、期間等	ドイツ語コース、無料、セミスター前、セミスター中

生活	
住居のタイプ	寮
住居の名前	688
部屋タイプ	キッチン、トイレ、シャワー共有
ルームメイト(国籍)	ドイツ人
室内設備	机、ロッカー、暖房
共用施設	キッチン、トイレ、シャワー
インターネット設備	無料WIFIあり
大学までの交通手段(交通機関、所要時間)	バスまたは徒歩
アルバイトの有無	なし
アルバイトの内容	

渡航	
Visaの種類	学生VISA
Visa申請先	Ausländerbehörde
Visa取得にかかった日数	4ヶ月
Visa取得にかかった費用	56 €
Visa取得方法、提出書類等	オンラインフォームで申請をした。写真、パスポート、大学の入学許可証、奨学金の証明書、銀行の残高証明、保険の書類、
留学先大学の最寄り空港までの経路	電車
渡航費用	片道約13万円
ピックアップサービスの有無	ハイデルベルク駅まで迎えに来て頂いた

帰国後	
留年や卒業の遅れの有無	無
有る場合、その理由	
就職活動開始時期	
帰国後の進路	大学院に進学

留学にかかった費用	
現地通貨＝日本円(約)	1€=155円
保険料(海外旅行保険、国民健康保険等)	122.78€
学費(教科書代や語学コース授業料等)	三重大大学の学費のみ
宿舍費(月額)	338 €
光熱費(月額)	家賃に含まれていた
食費(月額)	約4万円
その他	
留学期間中にかかった費用の合計	約150万円

感想等(※800字以上で語学勉強の成果についての内容も含め、ご記入ください。)

ハイデルベルク大学は留学生が多く、様々な国の人々と交流することができた。これにより、様々な価値観に触れることができた。これにより、日本では当たり前だと思っていたことが海外では違うことがたくさんあった。特に時間感覚の違いには驚いた。公共交通機関は基本的に時間通りには来ることは少なく、時にはバスや電車が全く来ないこともあった。しかし、そのような状況であっても誰一人として文句を言うことはなく、他の手段を探し始めている姿を見て、驚いた。

また、日曜日には店が全て閉まることや、定時には帰宅をし、家族との時間を大切にしている。また、時折ストライキが発生することがあった。これらから、仕事に関しての価値観が日本とは違うと感じた。将来的に日本でも残業が減少することを願う。

今回の留学では研究室にも参加させて頂いた。今まで日本にいた時でさえ研究室に参加したことがなかったため、困難なことが多かったがとても貴重で、良い経験になった。

まず、多くの教授の方々にメールでコンタクトを取った。相手にしてもらえないことや、断られることがほとんどであったが、最終的には見つかった。この経験から、諦めずに挑戦し続けることの重要性を学んだ。

研究室では、様々な国の人々がいたため、英語が主な言語であり英語能力の向上を図ることができた。また、研究室のセミナーやミーティングを通して、プレゼンテーションの資料、話し方などの今後必要になる能力の勉強にもなりよかった。また、ドイツでは授業の終わりに教授に向けて拍手(机を叩く)をする習慣があり、それには驚いた。日本帰国後はこれを取り入れたい。

研究内容に関しては、わからないことがあれば質問をしていた。英語での説明だったため、内容の理解は日本語と比べると時間を要した。しかし、これにより英語能力の向上も図ることができたのでよかった。具体的な内容については、量子力学に関連していた。研究室の方が制作したプログラムを用いて、スペクトルの計算をシミュレーションした。日本の研究室の内容と少し似ていたため、帰国後には少しは活かせる場面があると考えている。

また、最終日には研究内容について数人の前で発表をした。とても緊張はしたが、とても良い経験になった。海外で研究する経験は、他の人があまり経験することがないことであり、日本の研究室の先生、ドイツの受け入れてくださった研究室の方々には大変感謝している。

ドイツはサッカーが有名であるため、今回の留学中に地域のチームに参加し、現地の人と一緒にサッカーをした。サッカーを通じてスキルの向上だけでなく、プレイしながらドイツ語の勉強もできたことは素晴らしい経験でした。サッカーはチームスポーツであり、コミュニケーションを取る必要があり、言語能力の向上は早かった。また、サッカーのスタイルはそれぞれの国で違うのだと感じた。日本は足技やパスを細かく繋ぐことが多いが、ドイツの人は体が大きく、走りも速いためそれを活かしたサッカーが多かった。

また、ヨーロッパは環境保護に力を入れていることに驚いた。特に、ペットボトルと瓶に関しては、購入の際にdepositを支払い、回収機に返却をするとその分のお金が返ってくる制度があり、とても良い制度だと思った。

この留学をとして、自分は環境に恵まれていたことに気づいた。特に日本は教育、安全面に関してはとても恵まれていると感じた。また、この一年でお世話になった、日本の研究室の方々、ドイツの研究室の方々、国際交流センターの方々、友達にはとても感謝している。

さらに、親にはこの留学中も様々なことで助けてもらったため、感謝している。

今後は、お世話になったの方々には少しずつでも恩返しをできるようにしたい。

今後留学する人へのアドバイス

まず、留学に行く前には、事前に情報をたくさん仕入れて行くことをおすすめする。特に、授業のスタイルは日本と異なることが多いため、よく調べておくが良い。

さらに、最初の一ヶ月にはドイツ語準備コースがあり、一番下のクラスであってもある程度のドイツ語の能力をほとんどの人が持っているため、基本的なドイツ語を話し、理解できるように準備しておくが良いと感じた。ただ、日常生活でドイツ語に触れる機会が多いので、自然と体は慣れてくるため、言語に関してはそこまで心配する必要はない。交換留学は自由度が高いため、授業以外にも、研究室に参加してみたり、教授の方にメールを送って話をしてみたりなど、他の人があまり経験しないようなことにたくさん挑戦してみると良いと思う。

また、スポーツを通して、現地の人や他の国の人と交流することをお勧めする。スポーツを通しての交流だと、言語の取得速度が速いと感じた。特に、ドイツだとサッカーが人気で、環境も日本以上に整っていると感じたので、ドイツに留学する際にはサッカーをしてみると良いと思う。

VISAの申請は特に苦労した点です。事前にしっかりと情報を収集し、手続きをスムーズに進めることが大切です。

留学は不安なことや辛いこともあるが、最終的に振り返ってみると全ての経験がよかったと思えるので、少しでも興味があれば行くことをお勧めする。

報告書記入日

2024/0219